



12月予定表



日	月	火	水	木	金	土
1 休館日	2 楽しいコーラス⑥ 生活相談 湯	3 漢文⑥ フレイル予防⑫ ゆったり⑨	4 生活相談 湯	5 スタパ相談 ピラティス⑧ 生活相談	6 仏像講座⑥ 内科相談 踊 湯	7
8 休館日	9 生活相談 湯	10 貸室抽選会 漢文⑦ ゆったり⑩ 高津の街歩き⑦ 精神科相談	11 写経⑦ 生活相談 湯	12 スタパ相談 ピラティス⑨ 生活相談	13 ジャイロ⑦ 踊 湯	14
15 休館日	16 生活相談 湯	17 お気軽ふらっと 体操教室 漢文⑧ 生活相談	18 生活相談 湯	19 スタパ相談 ピラティス⑩ 生活相談	20 ゆず湯 仏像講座⑦ 内科相談 踊 湯	21
22 休館日	23 介護予防教室 生活相談 湯	24 精神科相談	25 写経⑧ 生活相談 湯	26 スタパ相談 生活相談	27 ジャイロ⑧ 踊 湯	28
29 休館日	30 休館日	31 休館日	令和7年 1月1日元日 休館日	2 休館日	3 休館日	4

湯お風呂…月・水・金 11時～14時（受付：10時30分～13時30分） 踊り…金（9時～16時）

医師による健康相談(予約制)

精神科 第2・4火曜 13時半～
内科 第2・4金曜 13時半～
健康に関することなどお気軽にご
相談ください。

日時は医師の都合により変更が
あります。

生活相談(月・水・木)

9:00～16:00

日常生活の中での不安、疑問など
些細なことでもお気軽にご相談く
ださい。

生活相談員が状況に応じ行政機関
など関係機関をご案内します。

ス・タ・パ相談(木曜日)

13:00～16:00 1人45分

申込みは電話または直接来所
先着予約制。お使いのスマ
ートフォン・タブレット・パソコン
をご持参ください。詳しくは、「ス・タ・パ相談の
ご案内」をご覧ください。